



# 32. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 27.04.2024

□□□□

Kai Stade

□□□: 26:34

□□: 126

□□: 11.29 km/h

□□□□: 5:18 min/km

□□: 5.00 km

□□□□□/□□□: 14 (of 40)

5-km-Lauf

□□□□□/□: 12 (of 21)

□□□□□□: 17:54

□□□□:

□□□□□: 3(of 5)

Senioren M35 (35-39) M

□□□□□□□: 17:54

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Hammerecke	1.38	6:56	5:01	4	2:22	15	2:22	1.38	6:56	5:01	4	2:22	15	2:22
Hammerecke	2.34	12:43	5:26	3	4:10	11	4:10	3.72	19:39	5:16	3	6:32	12	6:32
Ziel	1.28	6:55	5:24	3	2:08	10	2:08	5.00	26:34	5:18	3	8:40	12	8:40